N° 96.

CONSIDÉRATIONS

SUR

L'ÉDUCATION HYGIÉNIQUE

DE L'HOMME.

TRIBUT ACADÉMIQUE

PRÉSENTÉ ET PUBLIQUEMENT SOUTENU
A LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE MONTPELLIER,
LE 29 AOUT 1829;

PAR

FRANÇOIS ROUX,

De CETTE (*Hérault*),

POUR OBTENIR LE GRADE DE DOCTEUR EN MÉDECINE.

Brevis esse laboro. (HORACE.)



A MONTPELLIER,
Chez JEAN MARTEL AÎNÉ, seul Imprimeur de la Faculté de Médecine,
près l'Hôtel de la Préfecture, N° 10.

1829.

SERMENT.

En présence des Maîtres de cette École, de mes chers condisciples et devant l'effigie d'Hippocrate, je promets et je jure, au nom de l'Être Suprême, d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité dans l'exercice de la Médecine. Je donnerai mes soins gratuits à l'indigent, et n'exigerai jamais un salaire au-dessus de mon travail. Admis dans l'intérieur des maisons, mes yeux ne verront pas ce qui s'y passe; ma langue taira les secrets qui me seront confiés; et mon état ne servira pas à corrompre les mœurs, ni à favoriser le crime. Respectueux et reconnaissant envers mes Maîtres, je rendrai à leurs enfans l'instruction que j'ai reçue de leurs pères.

Que les hommes m'accordent leur estime, si je suis fidèle à mes promesses! Que je sois couvert d'opprobres et méprisé de mes confrères, si j'y manque.

MATIÈRE DES EXAMENS.

1er Examen. Anatomie, Physiologie.

2e Examen. Pathologie, Nosologie, Accouchemens.

3e Examen. Chimie, Botanique, Matière médicale, Thérapeutique, Pharmacie.

4e Examen. Hygiène, Police médicale, Médecine légale.

5e Examen. Clinique interne ou externe, suivant le titre de Docteur en Médecine ou en Chirurgie que le Candidat voudra acquérir.

6e et dernier Examen. Présenter et soutenir une Thèse.

N° 96.

CONSIDÉRATIONS

SUR

L'ÉDUCATION HYGIÉNIQUE

DE L'HOMME.

TRIBUT ACADÉMIQUE

PRÉSENTÉ ET PUBLIQUEMENT SOUTENU
A LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE MONTPELLIER,
LE 29 AOUT 1829;

PAR

FRANÇOIS ROUX,

De CETTE (*Hérault*),

POUR OBTENIR LE GRADE DE DOCTEUR EN MÉDECINE.

Brevis esse laboro. (HORACE.)



A MONTPELLIER,
Chez JEAN MARTEL AÎNÉ, seul Imprimeur de la Faculté de Médecine,
près l'Hôtel de la Préfecture, N° 10.

1829.

MM CM 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 1

SERMENT.

En présence des Maîtres de cette École, de mes chers condisciples et devant l'effigie d'Hippocrate, je promets et je jure, au nom de l'Être Suprême, d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité dans l'exercice de la Médecine. Je donnerai mes soins gratuits à l'indigent, et n'exigerai jamais un salaire au-dessus de mon travail. Admis dans l'intérieur des maisons, mes yeux ne verront pas ce qui s'y passe; ma langue taira les secrets qui me seront confiés; et mon état ne servira pas à corrompre les mœurs, ni à favoriser le crime. Respectueux et reconnaissant envers mes Maîtres, je rendrai à leurs enfans l'instruction que j'ai reçue de leurs pères.

Que les hommes m'accordent leur estime, si je suis fidèle à mes promesses! Que je sois couvert d'opprobres et méprisé de mes confrères, si j'y manque.

MATIÈRE DES EXAMENS.

1er Examen. Anatomie, Physiologie.

2e Examen. Pathologie, Nosologie, Accouchemens.

3e Examen. Chimie, Botanique, Matière médicale, Thérapeutique, Pharmacie.

4e Examen. Hygiène, Police médicale, Médecine légale.

5e Examen. Clinique interne ou externe, suivant le titre de Docteur en Médecine ou en Chirurgie que le Candidat voudra acquérir.

6e et dernier Examen. Présenter et soutenir une Thèse.

N° 96.

CONSIDÉRATIONS

SUR

L'ÉDUCATION HYGIÉNIQUE DE L'HOMME.

TRIBUT ACADÉMIQUE

PRÉSENTÉ ET PUBLIQUEMENT SOUTENU
A LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE MONTPELLIER,
LE 29 AOUT 1829;

PAR

FRANÇOIS ROUX,

De CETTE (*Hérault*),

POUR OBTENIR LE GRADE DE DOCTEUR EN MÉDECINE.

Brevis esse laboro. (HORACE.)



A MONTPELLIER,
Chez JEAN MARTEL AÎNÉ, seul Imprimeur de la Faculté de Médecine,
près l'Hôtel de la Préfecture, N° 10.

1829.

SERMENT.

En présence des Maîtres de cette École, de mes chers condisciples et devant l'effigie d'Hippocrate, je promets et je jure, au nom de l'Être Suprême, d'être fidèle aux lois de l'honneur et de la probité dans l'exercice de la Médecine. Je donnerai mes soins gratuits à l'indigent, et n'exigerai jamais un salaire au-dessus de mon travail. Admis dans l'intérieur des maisons, mes yeux ne verront pas ce qui s'y passe; ma langue taira les secrets qui me seront confiés; et mon état ne servira pas à corrompre les mœurs, ni à favoriser le crime. Respectueux et reconnaissant envers mes Maîtres, je rendrai à leurs enfans l'instruction que j'ai reçue de leurs pères.

Que les hommes m'accordent leur estime, si je suis fidèle à mes promesses! Que je sois couvert d'opprobres et méprisé de mes confrères, si j'y manque.

MATIÈRE DES EXAMENS.

1er Examen. Anatomie, Physiologie.

2e Examen. Pathologie, Nosologie, Accouchemens.

3e Examen. Chimie, Botanique, Matière médicale, Thérapeutique, Pharmacie.

4e Examen. Hygiène, Police médicale, Médecine légale.

5e Examen. Clinique interne ou externe, suivant le titre de Docteur en Médecine ou en Chirurgie que le Candidat voudra acquérir.

6e et dernier Examen. Présenter et soutenir une Thèse.

N° 96.

CONSIDÉRATIONS

SUR

L'ÉDUCATION HYGIÉNIQUE DE L'HOMME.

TRIBUT ACADÉMIQUE

PRÉSENTÉ ET PUBLIQUEMENT SOUTENU
A LA FACULTÉ DE MÉDECINE DE MONTPELLIER,
LE 29 AOUT 1829;

PAR

FRANÇOIS ROUX,

De CETTE (*Hérault*),

POUR OBTENIR LE GRADE DE DOCTEUR EN MÉDECINE.

Brevis esse laboro. (HORACE.)



A MONTPELLIER,
Chez JEAN MARTEL AÎNÉ, seul Imprimeur de la Faculté de Médecine,
près l'Hôtel de la Préfecture, N° 10.

1829.

A MON PÈRE,

A MA MÈRE

ET

A MA TANTE.

F. ROUX.

INTRODUCTION.

Celui qui s'applique à l'étude de l'homme, doit le considérer dans la succession des âges, qui impriment leur cachet sur l'économie : il verra de notables changemens s'opérer dans la distribution et le degré des forces vitales ; dans la structure des solides et la composition des humeurs ; dans les formes extérieures du corps et la profondeur intime des parties.

Au premier coup-d'œil s'offrent deux grandes périodes : les organes croissant en dimensions et en vigueur atteignent leur apogée ; un mouvement inverse les pousse vers la dissolution.

Dans l'enfance, les liquides surabondent, les tissus sont tendres et délicats, l'enveloppe cellulaire très-développée : de-là les contours moelleux, la finesse de la peau, la blancheur du teint. On remarque un sommeil prolongé, une sensibilité vive et mobile, exaspérée par les éruptions dentaires. La peau, la tête volumineuse, sont le terme de mouvemens dépuratoires. Les digestions très-actives fournissent à la nutrition les matériaux de l'accroissement.

Bientôt se déclare la révolution de la puberté: des organes jusqu'alors assoupis se perfectionnent et remplissent de nouvelles fonctions; la voix mue par les changemens opérés dans le larynx, qui sympathise étroitement avec l'appareil génital; le système pileux couvre certaines parties. Chez la femme, le sein se prononce, le flux périodique s'établit. Un développement rapide fait saillir les caractères généraux des sexes, imprime une vive commotion qui retentit jusqu'au moral. Ici se dessinent les traits du tempérament sanguin: les hémorrhagies nasale, plus tard pulmonaire, dénotent la direction des mouvemens vitaux, qui, de la tête, se concentrent sur la poitrine. Insensiblement l'âge mûrit: les organes, durs et consistans, ont atteint le terme de leur accroissement en toutes dimensions; les forces sont au *maximum* de stabilité et d'énergie. Après cette époque, le foie devient prépondérant; et le sang, affluant dans la veine-porte, prédispose au flux hémorrhoïdal. La menstruation cesse: premier signal de décadence. Enfin, le tissu cellulaire s'affaisse, les dents quittent leurs alvéoles, les cheveux blanchissent, puis tombent; les fonctions de jour en jour se détériorent. Par les progrès de la décrépitude, le corps décroît et se courbe, les fibres se crispent, la chaleur s'éteint, et l'homme meurt en détail.

Si nous rapprochons l'enfance et la vieillesse,

qui se confondent sous quelques rapports, on verra naître, entre ces deux âges, une opposition presque constante. Dans l'un et l'autre, les forces radicales sont en défaut ; mais les forces agissantes, presque nulles dans le dernier, sont très-marquées durant l'enfance. Dans celle-ci, la mollesse des tissus, l'excentricité vitale, contrastent avec la sécheresse de la fibre et la concentration des mouvemens qui dominent dans la vieillesse.

Après avoir étudié le sujet sur lequel nous devons opérer, examinons quelle est l'action que nous nous proposons d'exercer sur lui.

Je définis l'hygiène : la science qui traite des agens modificateurs appliqués à la conservation et au perfectionnement de la santé. Ainsi conçue, elle ne se borne pas à prévenir le dérangement des fonctions, elle veut encore assurer la plénitude de leur existence.

Or, quelle époque de la vie, plus que l'enfance, mérite les soins actifs de la science dont je viens de tracer le cercle ? C'est le moment de prévenir le développement de certaines prédispositions natives. Si, d'une part, la délicatesse de cet âge, sa susceptibilité morbifique, réclament une surveillance préservative ; de l'autre, des organes encore flexibles sont dociles à subir les modifications qu'on leur imprime. On ne peut que soutenir la vieillesse, il faut élever l'enfance. N'est-ce pas à l'entrée de la carrière qu'on doit

se préparer à la parcourir d'un pas ferme et régulier ?

La nature, dans son progrès normal, travaille spontanément au développement parfait de l'organisme. C'est ainsi qu'elle dirige, dans les maladies, une série d'actes critiques vers le rétablissement des fonctions. Dans l'état physiologique ou morbide, ses efforts, quelquefois languissans ou trop exaltés, ont besoin d'être régularisés par l'intervention de l'art. Je n'étendrai pas ce parallèle aux cas où elle affecte, d'un bout à l'autre, une marche pernicieuse, lesquels rentrent, pour la plupart, dans le domaine de la thérapeutique. Tant que la force qui conserve ou qui guérit opère convenablement, le médecin doit se laisser guider par elle et lui servir de ministre.

En conséquence, mon dessein est de seconder l'action de la nature par les secours de l'hygiène. On doit combattre le mouvement de décadence; il suffit de favoriser celui d'accroissement. Je suivrai l'homme depuis la naissance jusqu'à la puberté, qui met le complément à son existence physiologique.

O vous, qui commencez la vie, plus d'une fois livrés à des mains ignorantes ou peu attentives, je consacre ces lignes à la culture de votre santé!



CONSIDÉRATIONS

SUR

L'ÉDUCATION HYGIÉNIQUE

DE L'HOMME.

Deux élémens se combinent pour déterminer la manière d'être de la santé ; ce sont : les prédispositions natives et l'éducation. Dans ce précis, je traite de l'état normal (1), et transporte dans l'hygiène la *méthode naturelle*.

Quatre périodes diviseront l'intervalle que j'ai à parcourir : la première s'étend de la naissance au septième mois environ ; la seconde jusqu'à l'âge de sept ans ; la troisième jusqu'à douze ; la dernière se termine à la puberté.

PREMIÈRE PÉRIODE.

Chez le nouveau-né, la peau est rouge et enduite de mucosités ; la bouche inondée de salive. Une matière blanchâtre ou sanguinolente obstrue les narines, le méat auditif ; l'œil est à demi-opaque. On

(1) Selon que l'idiosyncrasie s'écarte de ce type, je modifie, en passant, les règles que j'établis.

exprime des mamelles une humeur laiteuse. L'enfant semble accuser par ses plaintes les souffrances de sa condition récente.

Ces vagissemens signalent l'établissement d'une nouvelle fonction : les poumons entrent en jeu, se développent et la respiration s'opère. Le sang, qui passait immédiatement de l'oreillette droite dans les cavités gauches du cœur, est appelé dans les poumons pour y subir les phénomènes chimiques. Les vaisseaux ombilicaux s'oblitèrent. Le contact de l'air a remplacé les eaux de l'amnios.

Souvent, au bout de deux ou trois jours, une teinte jaunâtre se prononce à la peau, d'autant plus marquée que celle-ci était plus rouge, et s'efface spontanément avant le terme d'une semaine. Le reste du cordon ombilical se dessèche et tombe, laisant l'ouverture de l'anneau quelquefois recouverte seulement d'une cicatrice cutanée, laquelle peut être soutenue par un bandage quelconque. Pendant plus d'un mois l'épiderme se détache par plaques. Le corps exhale une odeur *sui generis*, bien différente de celle de l'adulte.

La première indication qui se présente est d'enlever l'enduit muqueux. Les animaux en nettoient leurs petits en les léchant. Des ablutions faites avec de l'eau tiède, et de légères frictions avec un tissu fin pour ne pas irriter la peau délicate, remplissent le but qu'on se propose. Un peu de vin ajouté excite les forces, s'il y a indication. Un peu d'huile facilite le lavage. Des bains tièdes, de quinze en quinze jours, entretiennent la propreté, préviennent quelques éruptions cutanées, sans relâcher la constitution et favoriser par-là le développement du rachitisme.

On connaît l'énergique exclamation de Galien, contre les peuples qui plongent leurs nouveau-nés dans des eaux glacées. Vainement des écrivains systématiques ont prétendu les signaler pour modèles. Les forces naissant à peine, sont impuissantes à réagir, et l'endurcissement du tissu cellulaire, ou un affaiblissement funeste, peuvent être la suite d'une application inconsidérée.

L'enfant sort d'un milieu où règne une chaleur constante : il faut éviter toute transition subite au froid et ménager autour de lui une température uniforme. Voyez certains animaux réchauffer leur fruit

par une incubation prolongée, et les soumettre ainsi à la douce influence exercée pendant la gestation.

A mesure que l'organisme s'habituera aux impressions de l'atmosphère, on allégera les vêtemens sur-tout à la tête. La grande quantité de calorique que de plus en plus cet âge développe, les forces qui croissent journellement, permettent, commandent ces changemens progressifs. C'est le moyen de prévenir les catarrhes et tant d'autres maladies que des précautions excessives et une exposition fortuite amènent tôt ou tard.

Quelle est la forme convenable des vêtemens? Question suffisamment résolue! On a abandonné ces maillots qui comprimaient les organes et entravaient leur action. Que l'enfant conserve dans ses langes une liberté modérée, et que la surveillance maternelle supplée aux liens préjudiciables qu'une plume éloquente a brisés !

Placez-le dans un berceau commode qui ne serve pas à étouffer ses cris et à le forcer au sommeil, en l'étourdissant par des balancemens brusques ou trop étendus. Ayez soin de l'exposer en face de la lumière, de peur que ses yeux qui la cherchent ne contractent l'habitude d'une direction vicieuse. La tête n'a pas besoin d'oreillers fort élevés, tandis que cette précaution est nécessaire chez les vieillards : à mesure que l'âge s'avance, les forces vitales contre-balancent moins énergiquement l'empire des lois hydrauliques. Veillez à la propreté de la tête et surtout à celle des langes, afin de prévenir les excoriations que le contact prolongé des excrémens pourrait déterminer.

Transportez l'enfant à demi-couché sur vos bras, de telle sorte que la tête ne soit pas abandonnée à son poids, et que la colonne vertébrale, non encore consolidée, soit convenablement soutenue. Ce n'est que plus tard qu'on peut le porter assis, en ayant soin de le faire passer quelquefois d'un avant-bras à l'autre.

Après la naissance, l'intestin se débarrasse d'une partie du méconium et la vessie de son urine, soit par l'effet de l'irritation provoquée à la peau par le contact de l'air, irritation qui se répète sympathiquement sur la membrane muqueuse intestinale et vésicale, ou bien encore par l'abaissement du diaphragme qui comprime les

viscères abdominaux. Les restes du méconium sont expulsés par le colostrum. Si le nouveau-né refuse le sein, de l'eau miellée remplacera cette liqueur. Il faut alors, au moyen d'une fiole en guise de ventouse, vider les canaux lactifères et allonger les mamelons. On fera téter dix à douze heures après l'accouchement, de deux en deux heures et puis de trois en trois, ou à des intervalles plus éloignés et en général assez réguliers.

On ne demande plus s'il convient que la mère nourrisse. Des philosophes éloquens, de savans médecins ont prononcé affirmativement : mais ceux-ci, plus près de la nature par l'observation journalière de l'homme sain ou malade, ont restreint les idées souvent exagérées des premiers. Si la mère est manifestement atteinte des vices scorbutique, scrofuleux, ou de tant d'autres ; si la syphilis, la phthisie pulmonaire l'ont frappée, faut-il abandonner le nourrisson à des influences funestes ? Ne doit-on pas chercher à corriger, par les soins d'une nourrice étrangère, les prédispositions vicieuses dont il a hérité ? D'autres circonstances peuvent contre-indiquer l'allaitement maternel, telles qu'une nouvelle grossesse avancée, le défaut de quantité ou de qualité du lait, etc.

Que la nourrice soit saine, jeune, brune de préférence, d'une humeur douce et complaisante ; que son lait se rapproche, autant que possible, de la date de celui de la mère, afin que les principes qui le constituent s'y trouvent en proportion accommodée à l'état des forces digestives. Si quelque maladie contagieuse de l'enfant ou toute autre cause empêchent de prendre une nourrice, certains animaux domestiques sont utiles. On est quelquefois forcé d'avoir recours à l'allaitement artificiel, au moyen de vases adaptés à cet usage ; mais rien ne peut suppléer à la douce chaleur du sein, à ses bienfaisantes émanations. Aussi, quelques médecins ont-ils conseillé avec fruit, à des malades épuisés par des affections chroniques, de sucer le lait d'une nourrice fraîche et vigoureuse.

Durant toute la première enfance, la vie d'assimilation s'exerce avec activité, tandis que la vie de relation est languissante et imparfaite. La première s'est développée dans l'utérus ; la seconde date,

en quelque sorte, de la naissance ; et d'ailleurs, il était convenable que les fonctions qui servent immédiatement à la conservation de l'individu fussent en vigueur avant celles qui le mettent en rapport avec les êtres qui l'environnent. Dormir et s'alimenter, sont à peu près tout le passe-temps du nouveau-né. S'il pleure, pourvoyez à ses besoins sans le fatiguer de nourriture ; soulagez-le, si vous le pouvez ; sinon, restez en repos. Pleure-t-il sans sujet, c'est votre faute ; ce sont vos caresses irréfléchies qui, l'apaisant pour quelques minutes, préparent de nouveaux caprices et des pleurs éternels.

Ne perdons jamais de vue la prédominance du système nerveux si marquée à l'entrée de la vie. De-là découle le précepte de ménager soigneusement la susceptibilité enfantine. Plus d'une victime subit les emportemens des personnes qui devraient la protéger !

Déjà s'éveillent les passions naissantes. A l'aspect d'indignes préférences, usurpées par son égal, le cœur de l'enfant se révolte contre l'injustice. Une langueur profonde s'empare de lui, ses fonctions se dépravent, et la fièvre hectique le consume.

SECONDE PÉRIODE.

Le commencement de cette époque est signalé par l'éruption des dents primitives ; les dents incisives moyennes percent en commençant par la mâchoire inférieure ; paraissent ensuite les incisives latérales ; les dents laniaires suivent le même ordre. De l'âge de dix-huit mois à deux ans, les petites molaires viennent achever la première dentition, et ce n'est qu'au bout de la quatrième année que s'ajoutent à chaque mâchoire deux nouvelles molaires qui sont permanentes. L'éruption dentaire est sujette à de nombreuses variations.

L'ossification fait des progrès rapides dans les parties majeures, sans atteindre partout son complément. Les fontanelles et quelques autres cartilages se consolident. Généralement parlant, les os longs sont formés avant les os larges, et ceux-ci avant les os courts. C'est alors que se manifestent quelquefois les vices rachitique ou scrofuleux.

Cette époque est orageuse. Les convulsions, la diarrhée y sont fréquentes. Le tiers environ des enfans périt avant l'âge de deux ans révolus.

L'apparition des organes de la mastication indique le besoin d'alimens solides. Il convient d'amener peu à peu le changement de nourriture, et durant la dentition, si elle est pénible, on doit même se borner au sein. Quelquefois on essaie auparavant du lait de vache ou autre, des crêmes de riz, etc. Consultez en cela l'état des forces digestives, la constitution de l'enfant et la qualité plus ou moins substantielle de l'aliment que sa nourrice lui fournit. Le lait, outre l'avantage qu'il possède d'être approprié à l'estomac et de former un chyle abondant, contient une proportion de phosphate calcaire qui favorise l'ossification. Quand les dents veulent percer, des croûtes de pain, pour ramollir les gencives, sont préférables à ces hochets qui les rendent calleuses, sur-tout lorsque les dents ne sont pas sur le point de sortir. Faites téter peu et souvent, afin de rafraîchir la bouche irritée par le travail qui s'opère. Peu à peu on substitue des panades, des soupes de viande, des alimens solides très-simples, et on finit par sévrer complètement à l'âge d'un an ou un peu plus tard.

Vers le milieu de la seconde année, l'enfant balbutie (1) et commence à marcher : il eût été dangereux qu'il l'essayât plus tôt : les colonnes d'appui auraient fléchi sous le poids. La station était même impossible par plusieurs raisons, telles que le manque d'apophyses épineuses vertébrales, la non ossification de la rotule, le défaut de longueur du calcanéum, la disposition du bassin, la forme de la colonne rachidienne, qui, au lieu d'offrir trois courbures alternativement opposées, décrit un arc dont la concavité est antérieure. Ajoutez enfin le développement des parties supérieures qui s'accroissent avant le reste du corps, le peu d'étendue de sa base, le poids de la tête et de l'abdomen, la faiblesse relative et absolue des muscles extenseurs.

---

(1) J'omets volontairement de parler de l'éducation *physique* des organes de la voix, des sens, etc. Ce n'est pas sans dessein que j'ai choisi le titre d'éducation *hygiénique*.

Dès que l'enfant s'exerce à marcher, conduisez-le en plein air sur le gazon, où il puisse s'ébattre librement et sans danger. Encore à la mamelle, il fallait le faire passer souvent de l'atmosphère peu renouvelée d'une chambre, à l'exposition vivifiante de la lumière, en évitant toutefois le soleil ardent, le froid, l'humidité.

Qu'un bourrelet léger remplisse le précepte donné plus haut de tenir la tête peu couverte. Les charriots et bien d'autres machines remplacent mal les secours d'une main attentive. Trop tôt, ils sont à rejeter, la station étant dangereuse, comme il est dit ci-dessus; trop tard, ils deviennent inutiles et nuisent aux progrès. La lisière comprime la poitrine, amène l'habitude de se pencher en avant. Force est bien quelquefois de recourir à ces moyens, sur-tout sur le pavé, plutôt que de laisser l'enfant exposé à des chutes continuelles. On évitera de le soulever par le bras pour lui faire franchir un pas difficile, crainte de luxation de l'humérus, vu la laxité actuelle des ligamens. A plus forte raison doit-on se garder d'enlever le corps par la tête, comme le font de très-mauvais plaisans, au risque de luxer l'atlas sur la seconde vertèbre.

D'autres s'amusent à les environner de spectacles effrayans, ou bien à les frapper de terreur subite, pour les habituer, disent-ils, à n'avoir peur de rien. Esprits mal avisés, qui ignorent que le système nerveux tend à répéter les mouvemens qui l'ont agité, et que des secousses imprimées à la mobilité du premier âge le rendent pusillanime et convulsif!

On a comparé le fœtus à un être profondément endormi. Le nouveau-né conserve l'habitude du sommeil, comme, jusqu'à un certain point, celle de l'attitude qu'il avait dans la matrice. De jour en jour il dort un peu moins, mais beaucoup encore relativement à l'adulte. La durée de ce repos profond des organes extérieurs entre dans les vues de la nature. Le corps qui s'accroît sans cesse a besoin de sucs plus que réparateurs, et la nutrition est favorisée par la concentration des mouvemens qui s'opère pendant le sommeil. Les forces encore peu étendues se fixent sur un organe avec d'autant plus d'avantage que les autres n'agissent point, comme l'éprouvent les habitans du Midi,

abattus par la chaleur, qui facilitent la digestion en sommeillant après le repas. La vivacité, l'activité continuelle des enfans leur rendent plus nécessaire un long sommeil qui ralentit le pouls, répare les facultés motrices et sensitives, ramène à son type normal la vitalité exaltée. De-là résulte, que ceux qui sont débiles ou très-irritables (états qui s'accordent très-bien, car la faiblesse exagère les impressions, amène parfois des réactions vicieuses, et à son tour, l'excitation irrégulière des forces agissantes épuise les forces radicales); ceux-là, dis-je, doivent être invités à un sommeil prolongé, tandis qu'il faut réduire à une règle plus stricte les enfans moins délicats ou plus apathiques. A tout âge, le repos de la nuit est éminemment réparateur et profond, à cause de l'absence des rayons lumineux.

Si le sommeil est propre à favoriser la nutrition, c'est la digestion qui fournit à celle-ci les matériaux qui deviennent partie des organes. Les enfans sont gourmands: suivons l'instinct naturel. La prédominance de l'appareil digestif est en rapport avec les besoins actuels d'assimilation, et réclame une grande quantité d'alimens. Quant à l'heure des repas, on connaît l'influence de l'habitude sur l'exercice des fonctions. La périodicité d'action paraît conforme aux lois de l'économie. Il est donc avantageux, sous ce rapport, de fixer invariablement le régime; mais, d'autre part, la violation accidentelle et inévitable de coutumes enracinées entraîne de graves inconvéniens, et il convient d'exercer et de ployer l'organisme à des épreuves légères, actuellement innocentes. Une règle uniforme n'est bonne que pour la vieillesse.

L'inspection des organes masticatoires et du tube alimentaire démontre que l'homme est *omnivore*. Il ne s'agit donc que du plus ou moins dans le choix entre la nourriture animale ou végétale. Les alimens, les saisons, les températures, les âges décident du rapport. Si la chaleur de l'enfant indique peu de substances animales, un accroissement rapide en réclame une forte dose. Combinez la diète d'après la capacité digestive et les besoins de la constitution. En général, point de vin, et sur-tout point de ces boissons incendiaires qui, attisant à l'excès la flamme vitale, tendent à consumer le jeune être.

Ici, comme en plusieurs autres endroits, il serait peu médical de s'énoncer d'une manière absolue. S'il existe des préceptes invariables, ce sont ceux qui s'appliquent aux états élémentaires, ou sujets indicateurs, qu'on doit reconnaître et distinguer dans leurs complications diverses. Il faut sans cesse analyser les phénomènes, préciser les signes, fixer les indications. Le systématique, l'empirique grossier marchent dans un sentier rétréci : l'un suit sa routine, l'autre ses vues exclusives. Il n'appartient qu'au médecin sage et éclairé d'approprier les secours de l'art aux besoins variés de la nature.

TROISIÈME PÉRIODE.

Les dents primitives tombent dans l'ordre suivant lequel elles ont paru, et cèdent la place aux dents permanentes. Vers l'âge de neuf ans, surviennent deux grosses molaires. Les gencives sont alors complètement garnies, sauf la place des dents tardives, qui ne poussent qu'après la puberté, à des époques plus ou moins éloignées. Un travail général s'opère. Les vices de la constitution se réveillent avec plus d'énergie. A peu d'exceptions près, l'ossification parvient à son terme, et la face en prend un nouveau caractère.

Jusqu'ici ce sont, en général, des soins préservateurs qu'ont réclamés les forces peu développées et les affections qui menaçaient la première enfance. Maintenant, il faut viser au perfectionnement de la santé. Commençons par quelques considérations fondamentales.

Le tempérament nerveux et la constitution athlétique sont directement opposés l'un à l'autre. Plus le système musculaire prédomine, et plus la sensibilité devient obtuse. Les habitans du Midi, éminemment doués de cette faculté, ne présentent point ces masses charnues, fréquentes dans le Nord. Chez les femmes, naturellement nerveuses, les muscles sont peu prononcés. A mesure que les organes locomoteurs se développent et se fortifient, les enfans perdent de leur mobilité excessive. La vie molle et sédentaire affaiblit les muscles, exagère les impressions; tandis que l'exercice corporel produit des effets opposés.

Par une conséquence facile à saisir, les facultés intellectuelles sont, en quelque sorte, antagonistes des forces motrices. Une sensibilité

exquise est nécessaire, quoique insuffisante, pour exceller dans l'exercice de la pensée. Nombre de génies dans la carrière des sciences et des lettres ont offert une constitution frêle et délicate ; on sait que les athlètes étaient les plus stupides des hommes.

La même opposition existe entre les opérations mentales et les fonctions digestives. Quand l'estomac travaille, l'intelligence doit se reposer, sous peine de troubler les actes du premier et de mal faire sa propre tâche. Ceux qui exercent fortement et continuellement leur esprit, sentent leurs digestions languir, et sont obligés de le réduire à peu d'alimens, faciles à élaborer. Au contraire, les hommes qui sacrifient à leur voracité, sont, au moral, d'une nullité reconnue. Rien n'exaspère l'état nerveux, rien n'exalte le cerveau, comme une abstinence sévère. De-là, les accès fréquens des maniaques obstinés à refuser la nourriture ; de-là, les règlemens des philosophes qui prescrivaient des repas rares et légers, afin de dégager l'âme de l'empire des sens.

Dans les efforts de l'entendement, le cerveau s'érige en quelque sorte et attire les humeurs ; il s'affaisse pendant le repos nocturne. Celui-ci humecte, le travail dessèche. Dormir beaucoup appesantit l'esprit, penser fortement éloigne le sommeil.

Si nous poursuivons les effets d'une application excessive, nous la verrons concentrer vicieusement les forces, prédisposer à l'apoplexie, propager l'irritation à tout le système nerveux. Il est sur-tout condamnable de prolonger l'étude dans la nuit : les mouvemens du cœur accélérés, le corps fatigué, réclament le sommeil, qu'on ne remplace pas impunément par un état contraire. A la surexcitation que provoque la contention d'esprit, succède une atonie profonde. Les effets se modifient d'après le genre de travaux : l'imagination s'exalte outre-mesure, le jugement se fatigue aux dépens de l'organisme qui s'affecte de la même manière. Qu'un homme, doué d'une sorte d'opiniâtreté intellectuelle, poursuive, exclusivement et sans relâche, une idée abstraite et réfractaire ; le laboureur, attaché à un pénible sillon, travaille avec moins d'effort et de fatigue. De-là peuvent résulter l'épuisement des forces, l'hypocondrie, la mélancolie et toute la longue suite des maladies nerveuses.

Mais que des études variées se succèdent dans les momens où l'esprit bien dispos agit avec facilité, qu'on se repose convenablement, sur-tout aux heures de la première digestion ou du sommeil, alors le travail sera salutaire plutôt que nuisible. C'est le cerveau qui met en jeu l'économie. L'exercice mental, réglé avec modération, influe avantageusement sur la plénitude et quelquefois sur la durée de l'existence. Des hommes de cabinet, faibles à l'extérieur, offrent souvent plus de résistance vitale que des constitutions athlétiques. Qui ne sait combien l'exaltation du moral rend insensible ou supérieur aux fatigues, aux souffrances, aux maladies !

Quant à l'exercice musculaire, il favorise la circulation, la transpiration, la nutrition, prépare des digestions faciles, un sommeil réparateur, combine une grande quantité d'oxigène avec le sang, endurcit et développe l'organisme. Poussé au-delà des bornes, il dispose à l'inflammation, finit par épuiser, ou fixe les forces sur l'organe locomoteur aux dépens des viscères internes.

Appliquons ces principes et étudions l'enfance. Le premier besoin est de fortifier la machine : il n'est qu'un temps pour y travailler. Passé ce terme, elle décline ; tandis que l'esprit marche sans cesse vers son perfectionnement : il faut vivre avant de penser. L'enfant, exclusivement occupé de soi et des objets matériels qui touchent de près son existence, veut développer le corps et exercer les sens. Voyez ses mouvemens rapides, variés, continuels. Vainement travaillez-vous à le captiver par des études sédentaires, son esprit redoute les efforts, il ne peut point s'isoler par l'abstraction. Si quelques-uns montrent des dispositions extraordinaires, ce sont, la plupart, des rachitiques, des scrofuleux, ou des tempéramens précoces qui finiront par dégénérer en mélancoliques.

Obéissons à la nature. N'allons point, par des travaux prématurés, troubler les fonctions assimilatrices, le sommeil, le développement musculaire, et fatiguer le système nerveux qui, plus tard, en serait moins propre à supporter une longue application.

Un des secrets de l'hygiène, est d'exercer les forces et de ne point les dépasser. Elles se perdent dans l'inaction : l'excès contraire les

épuise. Le jeu régulier des forces agissantes devient une source féconde de forces radicales. L'instrument matériel se nourrit et se développe dans le même rapport. Observons qu'il faut suivre une progression insensible, sous peine de reculer au lieu d'avancer ; jamais la nature n'aime les transitions brusques. Les forces, gagnant peu à peu, deviennent capables de nouveaux exercices dont elles tirent de nouveaux profits, et tel acte les eût d'abord accablées qu'elles opèrent dans la suite sans effort. De même que pour l'organisme en général, tout ceci est vrai pour chaque organe en particulier. Il importe entre eux d'établir l'équilibre. Par l'organe *faible*, la maladie s'introduit, ou s'y localise. Celui-ci pèche par excès, ou par défaut d'action. Dans le premier cas, il faut, pour le reposer, faire travailler les autres parties ; on doit, dans le second, par des stimulans, par un exercice graduel, mettre en jeu les forces agissantes, tout en soutenant les forces radicales à l'aide d'une alimentation très-alibile.

Suivez ces vues dans la pratique. Exercez le cerveau par des récréations instructives, les poumons par le chant et la déclamation, la réaction circulatoire par des bains froids, les muscles par les jeux variés de la somascétique, les viscères digestifs par des alimens de toute espèce, grossiers quoique sains, des repas copieux, réduits ou supprimés de temps à autre. Que votre élève apprenne à supporter, sous tous les degrés de vêtement, toutes les vicissitudes atmosphériques. Point d'entraves baleinées à la poitrine, que le lit soit sans mollesse, le sommeil brusquement interrompu. Ces règles seront modifiées ou corrigées selon les besoins et les forces de chaque idiosyncrasie.

De tout ce qui précède, sortent les conclusions relatives à ces écoliers cloués sur des bancs, courbés sur des bureaux, emprisonnés dans des classes, que l'on forçait par des châtimens corporels, qu'on stimule par des passions dangereuses, à un travail fait à contre-cœur.

Si un enfant oublie les jeux pour l'étude, si les livres l'accompagnent à table et au lit, si ses progrès font l'étonnement de ses maîtres, je vois le sort qu'il se prépare et lui promets de longs repentirs (1).

(1) En consultant les aptitudes intellectuelles des divers âges, les études

QUATRIÈME PÉRIODE.

Cette section est consacrée à quelques considérations sur la manière de préparer et de régler le développement de la puberté, dont l'époque varie d'après le sexe, le régime, les mœurs, le climat.

Plus l'accroissement des êtres vivans est accéléré, et plus leur décadence est rapide. Les arbres qui s'élèvent lentement, ne meurent qu'au bout de longues années. Les animaux qui croissent le plus vite, vivent moins de temps que les autres. Dans l'espèce humaine, l'habitant du Nord vieillit plus tard que celui des pays chauds, qui se développe avec plus de rapidité. La femme, dont le tempérament se forme de bonne heure, commence à décliner avant l'autre sexe.

En conséquence, il serait avantageux de retarder l'époque de la puberté. Bien loin de là, un régime échauffant et des mœurs corrompues préviennent le moment voulu par la nature. Tâchons d'écarter cet inconvénient.

L'organe encéphalique et l'appareil génital agissent fortement et réciproquement l'un sur l'autre. Dans le développement naturel de l'homme, les sens éveillent l'imagination ; cet ordre est perverti par des instructions prématurées. L'instinct sexuel peut naître indépendamment de la réaction des organes reproducteurs ; mais l'imagi-

---

descriptives et historiques me paraissent plus spécialement appropriées à l'enfance, la littérature à la jeunesse, les sciences philosophiques à la maturité. Dans le premier âge, l'entendement très-impressionnable est attentif aux sensations nouvelles : la mémoire les conserve fidèlement. L'imagination s'éveille aux secousses de la puberté. Plus tard, les forces vitales convergeant à l'intérieur, la faculté de juger s'affermit. Indépendamment de ces influences physiques, telle est la marche naturelle de l'esprit humain. Les idées, fournies par la mémoire ou par les sens, sont rapidement combinées au gré de l'imagination fallacieuse, remplacée par le jugement qui fixe les vrais rapports. L'histoire vient à l'appui : à la renaissance des lettres, se succèdent dans l'ordre suivant : les recherches d'érudition ; l'éloquence et la poésie ; la philosophie et les sciences.

nation accélère vicieusement les effets de cet instinct. De leur côté, les agens modificateurs matériels, portant directement sur l'organisme, peuvent stimuler et mettre en jeu l'appareil dont il s'agit.

Hippocrate a dit que le médecin, le malade et les assistans doivent concourir à la guérison. Il faut de même que l'hygiéniste, l'enfant et tous ceux qui l'entourent, marchent avec harmonie dans le cours de l'éducation, et sur-tout dans la circonstance actuelle.

Maxima debetur puero reverentia.... (1).

Il est des propos qu'on ne devrait jamais se permettre devant les enfans : quelquefois ce sont des demi-mots, des sourires échappés. On se persuade qu'ils ne comprennent pas : ils comprennent du moins qu'il y a du mystère, et sauront bien le pénétrer. Mieux vaudrait encore leur montrer la vérité toute nue. Une statue, une peinture à demi-voilées, offrent plus de prise à l'imagination que dépouillées de tout vêtement. Vous livrez à la curiosité enfantine des pensées indiscrètes, couvertes d'une gaze légère. Imprudens! épaississez le voile ou écartez-le tout entier.

De ces conversations déplacées, d'un régime mal entendu, d'instructions illégitimes et d'exemples corrupteurs, résultent les mœurs dépravées, qui trop souvent s'emparent de l'enfance, quelquefois même avant les approches de la puberté. Je ne dois pas oublier de mentionner particulièrement ce vice solitaire qui fait des ravages secrets et profonds, et dont les funestes effets sont trop connus pour que je m'arrête à les décrire. Il importe sur-tout de remonter aux causes primitives, afin de trancher dans la racine.

Si le sujet est d'un tempérament précoce, redoublez de soins pour modérer les penchans de l'idiosyncrasie. Proscrivez toute diète stimulante, et en outre les alimens indirectement aphrodisiaques, tels que ceux qui sont flatueux, de pénible digestion. Que les vêtemens soient amples et légers, sur-tout aux régions génitales, afin d'éviter sur elles

(1) Juvénal.

l'accumulation du calorique et la stase des humeurs. La permanence de l'attitude assise amène aussi, vers les mêmes parties, l'abord et l'arrêt des liquides. Dans les classes peu aisées, un tissu rude, qui irrite la peau, a peut-être l'inconvénient d'exciter par sympathie les organes sexuels. Tirez les enfans d'auprès de ces poêles qui produisent les effets d'une température méridionale. Qu'ils sortent de bonne heure d'un lit un peu dur, après un sommeil provoqué par un exercice poussé aussi loin que les forces le permettent. Fuyez sur-tout les lectures, les sociétés, les spectacles propres à éveiller des idées dangereuses, et la solitude qui les nourrit.

Le développement de la puberté, souvent vicieusement accéléré, peut aussi s'effectuer d'une manière languissante et imparfaite, chez les individus faibles et lymphatiques, principalement chez les femmes portées à la chlorose. Un air pur, sec, pénétré d'une vive lumière, et, s'il se peut, des émanations aromatiques des montagnes, les bains froids sagement appliqués, les promenades à cheval ou en voiture, divers exercices croissant à mesure que les forces s'élèvent, secondés d'une alimentation copieuse, tonique et restaurante, sont des moyens très-propres à soutenir et exciter la nature dans le travail qui sert de crise à la plupart des affections infantiles.

Jusqu'ici les deux sexes réclamaient les mêmes soins, légèrement modifiés selon leur constitution respective. La révolution dont il s'agit, plus précoce chez la femme, amène quelques différences. Les mamelles, faisant saillie, avertissent qu'il faut corriger le corset de la jeune fille, lequel, n'étant point disposé pour les recevoir, peut atrophier le mamelon, oblitérer les conduits lactifères, causer des abcès. Un phénomène périodique, spécial au sexe, mérite de fixer l'attention. Les menstrues, dont la quantité, la durée, les intervalles varient d'après les sujets, offrent fréquemment, dans les premières époques, quelques anomalies, nullement fâcheuses, qui s'effacent au bout d'un ou deux ans. Tantôt l'éruption s'annonce par les symptômes connus, tels que la pesanteur des lombes, des bouffées de chaleur, etc., etc., tantôt elle surprend tout-à-coup la jeune fille qui doit être prévenue, afin de ne pas s'effrayer : jamais le moral n'a mérité autant de ména-

gemens. Un flux séro-muqueux précède souvent et suit l'écoulement sanguin, qui, s'il est difficile, sera décidé par des pédiluves plus ou moins chauds, bien entendu que les choses ne sortent pas formellement de l'état hygique. La menstruation est également entravée par deux causes contraires : la faiblesse qui réclame le régime indiqué dans l'alinéa précédent, ou la pléthore et la sur-excitation utérine combattues par des bains tièdes et une diète émolliente.

J'ai décrit dans l'introduction les principaux phénomènes de la puberté. Cette époque ouvre une carrière nouvelle. Les fonctions génératrices commencent : l'homme existe tout entier. Ici l'hygiène qui a protégé son berceau, élevé sa première jeunesse, qui soutiendra ses vieux ans, et ne l'abandonne dans aucune période de la vie, lui a déjà prodigué ses soins les plus féconds : la santé future presque entière en dépend. C'est ici que je dois m'arrêter.

Les bornes de ce travail ne m'ont pas permis de lui donner les développemens dont il est susceptible. Je me suis efforcé d'y poser quelques principes fondamentaux.

FIN.

ERRATUM.

Pag. 14, *lig.* 29, *lisez* climats *au lieu d'*alimens, *et* tempéramens *au lieu de* températures.

FACULTÉ DE MÉDECINE

DE MONTPELLIER.

PROFESSEURS.

MM. LORDAT, DOYEN, *Examinateur.*	MM. DUPORTAL.
BROUSSONNET.	DUBRUEIL.
DELPECH.	DUGÈS, PRÉSIDENT.
DELILE.	DELMAS, *Examinateur.*
LALLEMAND, *Suppléant.*	GOLFIN.
ANGLADA.	RIBES, *Examinateur.*
CAIZERGUES.	. . . .

M. CHAPTAL, *Professeur honoraire.*

AGRÉGÉS EN EXERCICE.

MM. SAISSET.	MM. ESTOR.
BOURQUENOD, *Examinateur.*	VIGUIER.
RECH, *Examinateur.*	KÜHNHOLTZ.
POURCHÉ.	BERTIN.
SABLAIROLES.	SERRE.
POUZIN.	BROUSSONNET.
FAGES.	ROUBIEU.

La Faculté de Médecine de Montpellier déclare que les opinions émises dans les Dissertations qui lui sont présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs, qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.